
Perspectiva estudiantil sobre los retos contextuales y planes de acción para la psicología en Puerto Rico

A Student Perspective on Contextual Challenges and Action Plans for Psychology in Puerto Rico

Giomar E. Ayala Ramos

Ponce Health Ponce Health Sciences University

Reseña de libro / Book Review

Psicología en Puerto Rico: Desafíos contextuales y retos para la acción

Equipo editor: Jennifer Morales-Cruz, Irma Serrano-García, Kalitza Baerga-Santini, Israel Sánchez-Cardona y Maribel Figueroa Rodríguez

El texto surge como iniciativa de la Asociación de Psicología de Puerto Rico (APPR) y está compuesto de trabajos del simposio “Relaciones sociales: Fuente de bienestar y cambio” y presentaciones de la convención “Psicología para la nueva década: Reafirmación y transformación”. El texto está dividido en 24 capítulos y dos introducciones. Este texto tiene como objetivo principal estimular la colaboración inter y transdisciplinaria entre estudiantes y profesionales focalizando temas como los problemas psicosociales, la inequidad y las injusticias que vive la sociedad puertorriqueña. La autoría cuestiona, repiensa y ofrece alternativas para mejorar el campo de la psicología dentro del contexto puertorriqueño y sus desafíos particulares. El equipo editor se acerca a estas circunstancias dividiendo el texto en seis secciones centrales: 1) Colonialidad y participación, 2) Alternativas a situaciones sociales en Puerto Rico, 3) Desastres y recuperación, 4) Economía y psicología del trabajo, 5) Intervenciones psicológicas y relaciones interpersonales, y 6) Formación y lenguaje inclusivo. De esta manera, las autorías y el

equipo editor buscan discutir problemas específicos en Puerto Rico y proveer posibles soluciones a estas situaciones contextuales. Presentaré esta reseña desde mi perspectiva como estudiante de segundo año del programa doctoral (PhD) de psicología clínica y me enfocaré en discutir las seis secciones del texto.

Colonialidad y participación

Esta sección comienza con un trasfondo histórico sobre el impacto del estatus colonial de Puerto Rico en la salud mental de las personas. También aborda cómo las personas se relacionan con los sistemas de poder y crisis y las formas en que la marginalización de una cultura dentro de su propio país ha afectado a las personas que viven en la isla. Examinan la perpetuación de una psicología extranjera que realmente no encaja con las necesidades y visiones de nuestra población. Nos presentan un país cicatrizado por eventos siconaturales como huracanes y terremotos, un gobierno que semejantemente ha abandonado a su pueblo o peor, que activamente lo utiliza como recurso para su

propio beneficio. Un país colonizado, enfrentando una pandemia global y donde cerca de la mitad de la población vive por debajo del nivel de pobreza. Urge una visión desde la psicología y otras profesiones focalizada en nuestro contexto particular. Una colonia con más de 500 años, donde la mitad de la población es esclavizada por las cadenas económicas del colonialismo y la otra asume el látigo, sacrificando así sus raíces culturales para unirse al imperio. La psicología extranjera irreconocible para el país al que presume “educar” es combatida en este texto, pero aun así encuentro que solo mira hacia la mitad de la historia. Como en la mayoría de los casos, la psicología escribe, estudia e investiga desde la perspectiva de la persona oprimida y aunque esto ciertamente nos brinda una fuente muy valiosa sobre cómo se experimenta la vida en Puerto Rico, deja atrás una perspectiva clave. La clase privilegiada puertorriqueña que, enfrentada ante la decisión de unirse a su compatriota o perpetuar el sistema colonial que ha alimentado su estado bancario, la mayoría de las veces elige lo último. Este fenómeno observado anteriormente por filósofos como Albert Memmi (1957) en las colonias francesas, es evidente ahora en Puerto Rico. Como estudiante de psicología me alegra ver el progreso que se ha hecho visibilizando la situación puertorriqueña, pero considero que esta segunda perspectiva desde la clase alta sería de gran beneficio en la lucha de crear una psicología puertorriqueña para las personas puertorriqueñas.

Alternativas a situaciones sociales en Puerto Rico

En esta sección la autoría discute alternativas de cambio a las situaciones de la sociedad puertorriqueña desde la intervención temprana en la niñez y la juventud en Puerto Rico. Contextualizan un país donde las condiciones sociales matizan la pobreza

infantil y las desigualdades, afectando el proceso de aprendizaje provocando así marginalización. Se cuestiona cómo las personas profesionales de la salud mental podrían mitigar esos efectos cambiando el enfoque de intervención. A pesar de que más de la mitad de la niñez puertorriqueña enfrenta pobreza, desigualdades y situaciones precarias alimenticias, el sistema ha relegado el rol de la persona profesional de la salud mental a enfocarse en el estudiantado con necesidades especiales. Las autorías argumentan que a través de modelos basados en la evidencia podríamos promover un enfoque dirigido a intervenir con la familia y la comunidad escolar como un sistema. El rol de la persona profesional de la psicología entonces cambia de ser uno de intervención a uno de prevención. Este cambio es crítico ya que la niñez y juventud, además de tener que sobrellevar condiciones limitantes como la pobreza y la marginalización, frecuentemente son víctimas de agresión escolar, presentan patrón de ausencias y comúnmente están expuestos a incidentes relacionados a drogas. Esta situación se complejiza, combinado con la realidad de que la mayoría de las familias se componen de madres solteras por debajo del nivel de pobreza y que luchan para poner comida en la mesa ante la incertidumbre del país. Una psicología enfocada en la intervención de estudiantes con necesidades especiales se muestra insuficiente. Ante la inequidad económica que enfrenta la niñez y juventud puertorriqueña, se pone de manifiesto que la psicología necesita tomar acción a nivel sistémico. Es necesario, trabajar junto a padres, madres, cuidadores y líderes comunitarios para sobre llevar las limitaciones y crear un ambiente escolar de bienestar para el estudiantado.

Desastres y recuperación

Desde su fundación, la APPR ha intervenido con los desastres y emergencias

en Puerto Rico, y el ejemplo más reciente es la creación de la Red de Respuesta en Salud Mental para Emergencias y Desastres (RRSMED). La asociación ha demostrado hacer frente a las secuelas emocionales que se producen en las personas sobrevivientes de desastres y proveer apoyo comunitario. Ante la inacción gubernamental, para atender las secuelas de los eventos atmosféricos y terremotos en PR, las personas profesionales de la salud mental y personas voluntarias emplearon varias estrategias de apoyo como respuesta de autogestión comunitaria. Ante las condiciones que enfrenta nuestro país, se presenta a la vanguardia un enfoque de prevención, planificación, y preparación para atender futuros eventos de desastres. Este enfoque es crítico porque con el cambio socioclimático que enfrenta el mundo, los desastres socioambientales serán cada vez más comunes. Además, el informe de Germanwatch (2020) afirmó que en el Caribe Puerto Rico es el país más afectado por el cambio socio-climático. Este hecho constituye una carga sobre la salud mental muy pesada ante la inacción gubernamental para enfrentarse y responder a estos desastres. Por otro lado, la pandemia del COVID-19 ha empeorado el ya deteriorado sistema de salud del país, sumando a la crisis que nuestra población ya enfrenta, tornándose la situación en una sindemia (Pitt, 2020). Toda esta incertidumbre ha sido un factor principal en el deterioro de la salud mental del estudiantado universitario. Torres-Abreu y colegas (2020) condujeron un estudio durante los primeros años de la pandemia y encontraron que un 56% de su muestra de estudiantes universitarios puertorriqueños presentaban síntomas de depresión y un 46% mostraban sintomatología severa de ansiedad. Considerando estos hallazgos, Puerto Rico necesita una mejor planificación y distribución de recursos para atajar la salud mental de la población estudiantil. Entre las

recomendaciones esbozadas por la autoría se podría implementar campañas de educación y prevención, integración de cursos dirigidos a educar y formar al estudiantado en temáticas de intervención y manejo de emergencias. Además, sugiero que el activismo y la política pública formen parte de los temas discutidos en los cursos universitarios o sean cursos *per se*. Ante la inutilidad de un gobierno plagado por la corrupción, el activismo de la juventud parece ser la cura que desesperadamente necesitamos.

Economía y psicología del trabajo

Uno de los aspectos de innovación en este texto es la atención hacia la psicología del trabajo como factor que contribuye al cambio social. En esta sección del texto se presenta una perspectiva interdisciplinaria para tener una visión más completa de los retos del país y sus consecuencias. La autoría argumenta que, desde el entrenamiento en la psicología del trabajo, se debe tomar en cuenta el mundo de las organizaciones privadas, las cuales ocupan posiciones de poder central en el mundo. Además, fomentan que el conocimiento creado se disemine en la población general para incitar al cambio. Hasta ahora la psicología ha intentado entender el fenómeno del trabajo desde una perspectiva simple, lo que ha llevado al poco entendimiento de las dinámicas propagadas en esos espacios y cómo afectan la vida de sus integrantes. Partiendo de la premisa, en este texto se busca observar, analizar y actuar desde una perspectiva crítica, holística y proactiva. A través del análisis en el texto se establece el vínculo entre la macroeconomía del país puertorriqueño, su estatus colonial y los distintos problemas psicológicos y sociales que experimenta la población. Además, presentan los factores principales que contribuyen al deterioro de la vida en Puerto Rico, entre ellos la dependencia propagada

por un sistema económico anticuado y el colonialismo. En un país que desde su concepción se le ha impuesto la venta de sus tierras y mano de obra para el beneficio de una metrópoli, no es difícil ver el estrangulamiento económico que experimentan sus ciudadanos. Además, a consecuencia de la relación colonial que enfrentamos con los Estados Unidos, Puerto Rico es forzado a tener una cuasi exclusividad con el mercado estadounidense como destino de exportaciones. Esta relación mercantil ha creado una dinámica en donde producimos para exportar e importamos todos los bienes de consumo. Sumando a una situación ya precaria, se le añade la Junta de Supervisión Fiscal como agencia de cobro con ningún interés económico para Puerto Rico. Estos, entre otros factores, han creado un sistema de cadena perpetua donde diariamente todas las personas estamos obligadas a decidir entre uno u otro recurso de primera necesidad para la persona y su familia. Coincido con los argumentos de las personas autoras quienes sostienen que esta situación es producto de la falta de política pública dirigida a las necesidades sociales y económicas de las personas que residen en nuestro país, que beneficia a corporaciones privadas. Esta situación nos afecta como estudiantes porque resulta inaccesible el poder educarse en un país cada vez más pobre y con un gobierno que mata de hambre al sistema educativo con recortes presupuestarios rutinarios. Además, una vez nos graduemos, como profesionales nos enfrentaremos a una economía en ruinas y con muy poca compensación, que no equivale a nuestros años de sacrificio y estudio. Esta sección del texto hace el llamado a la psicología del trabajo a trascender la división entre disciplinas y establecer un diálogo entre los diferentes sectores sociales del país para fomentar proyectos, empresas, cooperativas, iniciativas sociales y familiares que generen

ingresos y operen para el beneficio del pueblo puertorriqueño.

Intervenciones psicológicas y relaciones interpersonales

En esta sección se abordan investigaciones y análisis sobre el tema de relaciones interpersonales y su efecto en la psiquis de las personas. A través de los capítulos, la autoría argumenta que las relaciones interpersonales son uno de los factores esenciales para la supervivencia humana. Estas relaciones tienen un efecto significativo en nuestra salud física y psicológica. Hacen este análisis desde una perspectiva “macro”, para tomar en cuenta el contexto en el cual estas relaciones se dan; y el contexto “micro”, entre las personas en que se desarrollan. De igual forma, prestan atención a la historia sobre cómo estas relaciones se han formado y qué efectos han tenido en las personas. A través de conceptos teóricos como el “cerebro social” y la Teoría de la Mente, demuestran que las relaciones interpersonales afectan el bienestar de las personas a nivel psicológico y a nivel físico. Se observa la capacidad para relacionarse y depender de otra persona como un acto innato. Este tema cobra suma importancia, ya que en tiempos recientes los niveles de soledad entre la juventud han incrementado sustancialmente. Esta problemática es exacerbada por el estilo de vida que hoy se emplea y de alguna manera, es empeorada por la cuarentena reciente a raíz de la pandemia de COVID-19. La autoría propone que esta soledad se puede atender a través de mejoramiento de terapias de familia, acompañamiento de mascotas y educación al estudiantado de psicología en temas sobre relaciones desde las neurociencias y las relaciones de apego. También, sugieren que las personas profesionales de la salud mental deben prestar especial atención al impacto de

las relaciones interpersonales en la salud de las personas que atienden.

Formación y lenguaje inclusivo

Esta sección tiene como objetivo principal generar un espacio donde el estudiantado y profesionales de la psicología puedan repensar y ofrecer alternativas para mejorar las prácticas académicas y profesionales en las distintas esferas de la psicología. La autoría ausculta, qué piensa y siente el estudiantado sobre sus programas académicos, teniendo en consideración las dificultades específicas que conlleva educarse en Puerto Rico. Además, hacen un amplio análisis de las propuestas del lenguaje inclusivo y recomiendan conocer e incorporar las diferentes alternativas de su uso en los espacios clínicos y profesionales, en los salones de clase, así como en el quehacer y el diario vivir. Se hace hincapié en la importancia que la participación estudiantil ha tenido en los movimientos cívicos y políticos a través de las investigaciones, organizaciones estudiantiles, protestas, entre otros. Al verse que la educación subgraduada de psicología sigue siendo una apolítica y ahistórica, es críticamente importante una reevaluación de la disciplina, sus programas y universidades. Este repensar de la psicología puertorriqueña no puede pasar si no tomamos en consideración el contexto colonial, caribeño y cultural de nuestra gente. Se hace un llamado a todo el estudiantado y profesionales de la salud mental a involucrarse en los procesos políticos de este país para instar un cambio a través de la educación y colaboración para el beneficio del pueblo puertorriqueño.

Conclusión

El texto “Psicología en Puerto Rico: Desafíos contextuales y retos para la acción”

es un soplo de aire fresco en medio de una crisis socioambiental y política, donde la educación en la psicología en ocasiones ha tomado una posición distanciada de la gente que atiende. Me da esperanza ver que, a través de trabajos como este texto, no se estudia a la psicología desde una perspectiva extranjera, sino que se está cuestionando una psicología consciente del contexto en la que se ejerce y es políticamente activa. Trabajos como este son esenciales, especialmente en un país donde la gente no puede contar con el apoyo de su gobierno y la mayoría de la población no tiene los recursos económicos para poder acceder a los servicios que tanto necesitan y merecen. Es importante mencionar que este texto no solo presenta las situaciones socioambientales, económicas y coloniales, sino que también aborda una sección con propuestas de acción junto a su análisis. Estas propuestas de acción son especialmente bienvenidas en un sistema educativo universitario donde muy frecuentemente se queda en la teoría y no nos provee ejemplos de acción. Como estudiante de psicología en formación me alegra saber que estas situaciones están siendo atendidas por personas que admiro y me inspiran a seguir trabajando para un mejor futuro. Extiendo mi gratitud a las autorías y al equipo editor por su labor. Una psicología puertorriqueña para las personas puertorriqueñas no es tan solo posible, si no necesaria.

Referencias

- Germanwatch. (2020). *Índice de Riesgo Climático Global 2020*. xxxxxxxxx https://www.germanwatch.org/sites/germanwatch.org/files/20-2-01s%20KRI%202020%20-%20Kurzzusammenfassung_4.pdf
- Memmi, A. (1957). *The colonizer and the colonized*. Beacon Press.
- Morales-Cruz, J., Serrano-García, I., Baerga-

- Santini, K., Sánchez-Cardona, I., & Figueroa Rodríguez, M. (2022). *Psicología en Puerto Rico: Desafíos contextuales y retos para la acción*. Asociación de Psicología de Puerto Rico.
- Pitt, L. (2020). "El covid-19 no es una pandemia": Los científicos que creen que el coronavirus es una sindemia (y qué significa esto para su tratamiento). BBC News Mundo. <https://www.bbc.com/mundo/noticias-54386816>
- Torres-Abreu, A., Rivera-Bonilla, I., Molina-Carrasquillo, R., Marcano-Medina, J.E., Rodríguez-Rodríguez, L. R., Rivera-García, M., Cruz-McDougall, V. y Nina, D. (2020). *Brecha digital, aprendizaje y salud mental: Experiencias y retos del estudiantado de la Universidad de Puerto Rico en Humacao ante el COVID-19*. <https://www.upr.edu/humacao/ciso-uprh-publicaciones/>

Psicología en Puerto Rico:

Desafíos contextuales
y retos para la acción

Jennifer Morales-Cruz
Irma Serrano-García
Kalitza Baerga-Santini
Israel Sánchez-Cardona
Maribel Figueroa Rodríguez
Equipo editor



Asociación de Psicología de Puerto Rico